

Über mich

Jahrgang 1960

Studium der Sozialwissenschaften, Dipl. rer. soc.

20 Jahre in der Erwachsenenbildung als Dozentin, Beraterin, Projektleiterin

seit 2003 als Coach selbständig

verschiedene Coachingausbildungen (u.a. bei Dr. Astrid Schreyögg, Deutsche Psychologenakademie)

diverse Weiterbildungen in systemischer Beratung, Organisationsaufstellung, Entspannungsmethoden, Hypnotherapie

seit 2004 bilde ich Coaches bei der IHK Düsseldorf aus (Zertifikatslehrgang Coaching; Nächste Termine: April 2008/ Oktober 2008)

2006/2007 Outplacementberaterin bei Mühlenhoff & Partner, Düsseldorf (Projekte: Siemens, Dresdner Bank, Tobaccoland)

seit 10/2007 lebe ich nun auf der wunderschönen Kanareninsel La Palma und eröffne hier im Oktober 2008 den Seminargarten „Jardin de vida“ www.auszeit-la-palma.de

Philosophie

Coaching war für mich die logische Fortsetzung meiner bisherigen Beratungsarbeit, die mir vor allem deshalb Spaß gemacht hat, weil ich Menschen „berühren“ durfte und damit das Gefühl hatte, etwas sinnvolles zu tun.

Der systemische Ansatz, dessen hohe Prinzipien die Wertschätzung des anderen und das Einfühlen in seine Welt sind, haben mich ethisch und persönlich am stärksten beeindruckt und meine eigene Werthaltung am weitesten wiedergegeben. Trotzdem bin ich kein reiner „Systemiker“. Für mich zählt, was anderen hilft. Ich wende keine Methode, keine Übung an, die ich nicht selbst und am eigenen Leibe erfahren habe. Insofern finden sich in meinem Instrumentenkasten auch Übungen aus dem NLP, den Aufstellungsarbeiten, der Gestalttherapien und dem Psychodrama.

Durch meine Praxis als Coach weiß ich um die tiefgreifende Wirkung vieler dieser Instrumente und lege höchsten Wert darauf, dass es meinen Kunden immer gut geht und sie mit einem positiven Gefühl aus meinen Veranstaltungen herausgehen.

Warum La Palma?

Seit meiner Coachingausbildung bei Frau Schreyögg träume ich einen Traum: ich biete Menschen einen Ort, an dem sie sich ganz entspannen können, einen Ort des Rückzugs, der Reflektion, der tiefen Erholung. Meine Vision war, dass dieser Ort ein Garten ist, von dem aus man auf das Meer blicken kann, Weite atmen und die Unendlichkeit spüren kann. Einen Ort der Stille. Diesen Ort habe ich tatsächlich gefunden. Hier an der Südspitze von La Palma, einer Insel weit draußen im Ozean, habe ich all das gefunden, was in meiner Vision da war. Ich wünsche mir, dass die Menschen zu mir kommen, sich mir anvertrauen und an diesem Ort die Kraft und Energie wiederfinden, ihr Leben zu leben und zufrieden und glücklich zu sein.